



## Training

## Führen in Konfliktsituationen

Souveräne Führungsfrauen lösen Konflikte  
effektiv, elegant und nachhaltig



## Training

Konflikte nerven und kosten eine Menge Energie – vor allem, wenn sie im Team oder zwischen einzelnen Teammitgliedern längere Zeit wie ein Vulkan vor sich hin schwelen. Das wirkt sich negativ auf die Stimmung und die Arbeitsleistung aller aus. Und alle spüren: Das regelt sich nicht von selbst. Hier ist die Führungskraft gefragt. Konflikte und Spannungen gehören zur Führungsarbeit, denn sie bringen Innovation und positive Veränderungen, wenn es gelingt, couragiert und lösungsorientiert mit ihnen umzugehen. Mit wirkungsvollen Techniken trainierst du ein lösungsorientiertes Verhalten in schwierigen Situationen und mit unbequemen Mitarbeiter\*innen. In diesem Training lernst du, wie du dabei deine innere Balance hältst und gleichzeitig ein aktives, lösungsorientiertes Konfliktmanagement erfolgreich umsetzen kannst.





## Training

### Das ist dein konkreter Nutzen

Du setzt dich konstruktiv mit dem Thema Konflikte auseinander und lernst, Konfliktsituationen mutig anzugehen. Wenn du rechtzeitig die Initiative ergreifst und die Situation analysierst, gelingt es dir, einen Konflikt für alle Beteiligten positiv zu gestalten und aufzulösen.

Du machst dir auch bewusst, wo die Grenzen bei der Lösbarkeit von Konflikten liegen. Du erwirbst dir im Training eine entscheidende Fähigkeit, Spannungen im Team zu erkennen und zu nutzen, um die Zusammenarbeit zu verbessern. Durch gelöste Konflikte entwickelst du dich und dein Team erfolgreich. Du schaffst es damit, dich, dein Team und das gesamte Umfeld zu motivieren und trägst somit effektiv zu Innovation, Unternehmenswachstum und zum Unternehmenserfolg bei.

**In diesem Training trainierst du anhand eigener Beispiele,**

- ✓ wie du hinderliche und wirksame Konfliktlösungsmuster bei dir selbst erkennst,
- ✓ Spannungen frühzeitig wahrnimmst und verstehst,
- ✓ effektive Konfliktlösungsstrategien entwickelst,
- ✓ Konfliktgespräche aktiv und konstruktiv führst,
- ✓ Gesprächstechniken wirkungsvoll einsetzt und Konflikte nachhaltig löst
- ✓ tragfähige Vereinbarungen mit deinen Gesprächspartnern erzielst.



## Training

### Du erfährst in diesem Training,

#### Konfliktarten

- ✓ Was ist ein Konflikt und was bedeutet es, konfliktfähig zu sein?
- ✓ Worum geht es überhaupt: Verteilungs-, Rollen-, Beziehungs- und Zielkonflikte?

#### Konflikte erkennen

- ✓ Merken, was los ist: Ursachen und Symptome von Konflikten
- ✓ Konfliktpotenziale erfassen
- ✓ Dynamik der Eskalation in Konflikten

#### Einstellung zu Konflikten

- ✓ Die eigene Grundhaltung zu Konflikten erkennen
- ✓ Achtung Harmoniefalle
- ✓ Eigene Sprachmuster, die Konflikte befeuern, wahrnehmen
- ✓ Bist du eine Mitspielerin im Drama-Dreieck?

#### Konfliktanalyse und Konfliktlösung

- ✓ Analyse der eigenen Reaktionen und Konfliktfähigkeit
- ✓ Was hilft im Konflikt: Leitfragen der Konfliktanalyse
- ✓ Das 3-Phasen-Modell der Konfliktbewältigung
- ✓ Strategien und Interventionen zur Deeskalation
- ✓ Konfliktlösung nach den Prinzipien des Harvard Modells



## Training

Du erfährst in diesem Training,

### Konfliktlösungstechniken

- ✓ Raus aus der Konfliktspirale
- ✓ Gesprächs- und Kommunikationstechniken in Konflikten
- ✓ Phasen des Konfliktgesprächs
- ✓ Professioneller Umgang mit Widerständen

### Die Mediationsmethode – ein Exkurs

Praktische Übungen und Gesprächssimulationen anhand realer Konfliktsituationen der Teilnehmerinnen

"Es sind nie die Tatsachen, die uns beunruhigen und ärgern,  
es sind immer unsere eigenen Bewertungen."

*Marshall B. Rosenberg*



## Training

### Die Zielgruppe

Das Training richtet sich an alle weiblichen Führungskräfte mit Führungserfahrung, an neue Female Leaders oder Teilnehmerinnen eines Talent Managementprogramms, die konstruktiv mit Konflikten umgehen wollen. Wichtig ist die Bereitschaft, auch eigene Praxisfälle einzubringen.

### Methoden

Kurze Impulsvorträge, erfahrungsorientierte Einzel- und Gruppenübungen, Erfahrungsaustausch, moderierte Erfahrungsberichte, Fragebögen, Praxisfälle, Selbstreflexion, Feedback

### Deine Trainerin

## Doris Stein-Dobrinski

- Führungskräftetrainerin
- Leadership Coach
- Resilienztrainerin
- Wirtschaftsmediatorin

## Anmeldung zum Training: „Führen in Konfliktsituationen“

Einzelpreis für ein 2-tägiges Seminar: € 1250,- zzgl. MwSt.

### Persönliche Daten der Teilnehmer\*in

Vorname / Name: \_\_\_\_\_

Funktion / Position: \_\_\_\_\_

Tätigkeitsschwerpunkt: \_\_\_\_\_

Persönliche E-Mail: (für Ihre Anmeldebestätigung) \_\_\_\_\_

Fon: \_\_\_\_\_ Mobil: \_\_\_\_\_

Seminartermin laut Website: \_\_\_\_\_ Seminar-Ort: Großraum Erlangen/Nürnberg

### Unternehmensdaten/Rechnungsempfänger

Unternehmen / Abteilung: \_\_\_\_\_

Straße / Nummer: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Branche: \_\_\_\_\_ Steuer-Nr.: \_\_\_\_\_

Anzahl Mitarbeitende im Unternehmen: \_\_\_\_\_

### Falls gewünscht

Anmeldebestätigung an: (Name, E-Mail) \_\_\_\_\_

Rechnung an: (Name) \_\_\_\_\_

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Anmeldebedingungen erkenne ich / erkennen wir an.

Ort / Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_

Anmeldung bitte per Post oder per E-Mail an: mail@doris-stein-dobrinski.de an mich schicken.